

# 2019 menú maig

## Proposta de sopars a casa



Solidaritat  
tot l'any!

tuuu

**MES SOLIDARI**  
**10 de MAIG**

JUNTS PINTEM SOMRIURES!  
#PallassosSenseFronteres  
#somriuresolidari



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
			Sopa de pistons	Pa amb tomàquet amb
			Peix blau a la planxa	pernil salat i formatge
			pastanaga rallada	tomàquets xerri i
			iogurt	mozzarella
			iogurt	iogurt
Mongeta verda amb patata	Macarrons amb tonyina i formatge gratinat	Crema tèbia de pastanaga amb rostes	Arròs amb verdures	Fajites
Pinxos de pollastre	Peix blanc amb samfaina	Truita de carxofes	Peix blau al forn	
amanida	bastonets de pastanaga	amanida	amb ceba i xampinyons	amanida amb olives
iogurt	iogurt	Fruita	iogurt	iogurt *
Fideus xinesos saltejats amb verdures	Espinacs a la catalana	Arròs amb tomàquet	Crema de carbassó	Pizza de tonyina i xampinyons
Pollastre al forn amb llimona	Truita de patates i ceba	Peix blau a la planxa	Gall d'indi a la planxa	
amanida	bastonets de cogombre	amanida	amanida	amanida amb olives
làctic	iogurt	fruita	iogurt	iogurt
Arròs amb tomàquet	Amanida russa	Sopa de galets	Amanida freda de quinoa	Amanida variada
Truita d'espinacs i porros	Salsitxes de porc	Peix blanc a la romana	Aletes de pollastre al forn amb llimona	Quiche de porro i gambetes
amanida amb formatge	bastonets de pebrot	tomàquet amanit	amanida	amanida
iogurt	fruita	iogurt	iogurt	iogurt
Crema de pèsols	Cous cous amb samfaina	Verdura amb un raig d'oli	Arròs amb carxofes i ceba	Macarrons a la bolonyesa
Pollastre arrebossat	Peix blau a la planxa	Gall d'indi al forn amb ceba i patata	Gambes al forn	Ou poché amb pebre, sal i un raig d'oli
bastonets de pastanaga	amanida	amanida amb olives	Bastonets de cogombre	amanida
iogurt	iogurt	iogurt	Fruita	iogurt